



## 加盟団体紹介

### 牛久スポーツ吹矢協会

#### 【定期練習】

中央支部…金曜日午後1時～3時30分(市中央生涯学習センター)

奥野支部…日曜日午後1時～3時30分(奥野生涯学習センター)

…金曜日午後1時～3時30分(三日月橋生涯学習センター)

東支部…日曜日午前9時～11時30分(奥野生涯学習センター)

かっぱの里…火曜日午後1時30分～3時30分(市中央生涯学習センター)

…水曜日午前9時30分～11時30分(三日月橋生涯学習センター)

独特な呼吸法で(腹式+胸式=吹矢式呼吸)健康維持、ストレス解消などさまざまな健康効果を生むスポーツです。性別年齢問わずできますので、お気軽にお越しください。月会費1,000円、年間保険料800円です。



問 児玉☎・FAX871-3823

### 少林寺拳法部

～カラダと仲良く付き合うために～

医療技術の向上で長寿命が実現し、仕事や子育てから解放されたのちも、楽しい時間が残されています。とはいえ、それに先立つ体力・気力が必要です。筋力・骨密度低下の原因は何より運動不足です。少林寺拳法はお子さんから年配の方まで無理なく楽しく練習できます。体力維持と異世代コミュニケーションにぜひお役立てください。



問 中野☎872-5390

## 牛久市文化協会だより

(131) 牛久市文化協会事務局(生涯学習課内)  
☎・FAX886-8993

### 加盟団体紹介

#### 民謡心千会

(代表：尾崎 和子☎873-3775)

今年で10周年を迎えます。年1回の「おさらい会」や市民文化祭の参加、その他に昨年は相撲甚句の方々とのコラボや近隣地域の舞台演出などをしてきました。会主・岸田心千先生(磯節全国大会優勝)の下、和気合いあいとお稽古をしています。



### 催し物のご案内

※入場料はすべて無料です。

#### ●2013あゆまみ吹奏楽コンサート

日時 3月17日(日)午後2時開演(午後1時30分開場)

場所 エスカード生涯学習センターエスカードホール

問 あゆなまみあな吹奏楽団(八巻)☎873-6085

#### ●岸田千恵子 民謡心千会創立10周年記念感謝のつどい

日時 3月23日(土)午後1時開演(午後0時30分開場)

場所 エスカード生涯学習センターエスカードホール

問 民謡心千会(尾崎)☎873-3775

#### ●日本舞踊おさらい会

日時 3月24日(日)午後1時開演(午後0時30分開場)

場所 エスカード生涯学習センターエスカードホール

問 花柳親駒会(宮崎)☎873-4558

#### ●全日本相撲甚句15回発表会

日時 3月24日(日)午前10時40分開演(午前10時30分開場)

場所 東京両国劇場シアターX

問 牛久相撲甚句会(山下)☎871-4848